



## Information

### Bestelladressen für hochwertige Produkte: Ätherische Öle und Mischungen

L`Arome Karlsruhe | [www.larome.de](http://www.larome.de)

Wadi GmbH Neufahrn | [www.etherischeoele.de](http://www.etherischeoele.de)

Bahnhofapotheke Kempten |  
[www.bahnhof-apotheke.de](http://www.bahnhof-apotheke.de)

Primavera life GmbH | [www.primavera.de](http://www.primavera.de)



## Kontakt

### Universitätsklinikum Freiburg Klinik für Onkologische Rehabilitation in der Klinik für Tumorbiologie

Ärztlicher Direktor  
Dr. med. Timm Dauelsberg

Breisacher Straße 117  
79106 Freiburg im Breisgau

Telefon: 0761 / 270-71350  
E-Mail: [info@ukf-reha.de](mailto:info@ukf-reha.de)

[www.ukf-reha.de](http://www.ukf-reha.de)

Stand bei Drucklegung  
Herausgeber:

© Universitätsklinikum Freiburg | 2021

Redaktion: Klinik für Onkologische Rehabilitation

Bilder: Britt Schilling, © fotolia/279photo | © fotolia/pavlofox | © fotolia/vikakurylo81  
© fotolia/Klaus Eppele | © fotolia/Dmytro Sukharevskiy

Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg



UNIVERSITÄTS  
KLINIKUM FREIBURG

UKF Reha gGmbH  
Klinik für Onkologische Rehabilitation



## HAUTPFLEGE

nach Bestrahlung und/  
oder Chemotherapie

Klinik für Onkologische Rehabilitation  
in der Klinik für Tumorbiologie

PFLEGE

## Hautpflege mit natürlichen Mitteln

Natürliche Mittel unterstützen nachhaltig den Hautstoffwechsel und die Schutzfunktion der Haut. Sie fördern das Wohlbefinden und die Gesundheit. Sie behindern nicht die Regulierung der Körperwärme und der Körperfeuchtigkeit.

Paraffin-Öle bilden einen Schutzfilm auf der Haut und schützen dadurch die Haut vor z.B. Wasser oder Kälte (sinnvoll vor dem Schwimmen).

## Grundlagen der Hautpflege

Das primäre Ziel der medizinischen Hautpflege ist das Erhalten und/oder das Wiederherstellen der physiologischen Hautverhältnisse durch:

### Fettzufuhr/Feuchtigkeitszufuhr

#### Feuchtigkeitssteigernde Faktoren sind:

- Harnstoff, Milchsäure, Aminosäure
- Dexpanthenol (Provitamin B5)

### Lotionen und Cremes bestehen aus drei Hauptbestandteilen

- **Öl** (natürliche Öle/Paraffin Öle)
- **Wasser**
- **Emulgatoren**  
(Milch oder Sahne z.B. sind natürliche Emulgatoren)

### Wasser in Öl Emulsion

Bei W/O-Emulsionen bleibt nach dem Verdunsten des Wasseranteils mehr Fett auf der Haut. Die W/O-Emulsionen sind geeignet bei **trockener Haut**.

### Öl in Wasser Emulsion

O/W-Emulsionen haben durch die hohe Wasserverdunstung und den geringen Fettanteil weniger fettende Eigenschaften. Sie sind geeignet bei **fettiger Haut** oder **kurzfristiger Kühlung** nach Sonnenbrand, ziehen schnell ein.

## Symptome einer Hautveränderung

- Juckreiz
- Brennen
- Schmerzen
- Spannungsgefühl
- Rötung (z.B. nach Bestrahlung)
- Ausschlag (z.B. durch Chemo- Immuntherapie)

Während und mindestens zwei Wochen nach einer Strahlentherapie sollte jede weitere Reizung des betroffenen Hautareals vermieden werden.

### Thermische Reizungen:

- direkte Sonne
- Heizkissen
- Föhn
- Eispackungen

### Chemische Reizungen:

- Seife
- Deodorant
- chloriertes und salzhaltiges Wasser (Schwimmbad)
- Rasierwasser
- hautreizende Öle, z.B. Zitrusöl

### Mechanische Reizungen:

- rubbelndes Abtrocknen des betroffenen Hautareals
- Pflasterverbände
- Nassrasur
- bei Bestrahlung im Anal- oder Genitalbereich statt rauem Toilettenpapier und Seife, Vlieskompressen und Olivenöl zur Reinigung benutzen.

### Buchtipps

**Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde**, Ursel Bühring, Stuttgart, Haug 2016.

**Pflege Heute, Nicole Menche**, München, Urban und Fischer, 2007.

**Praxis Aromatherapie**, Monika Werner, Ruth von Braunschweig, Stuttgart, Haug 2020.

### Hautschutzöl

Zusammensetzung: 100 ml enthalten

- 58 ml Mandelöl süß
- 40 ml Johanniskrautöl
- 16 Tropfen äth. Lavendelöl
- 12 Tropfen äth. Rosengeranie
- 8 Tropfen äth. Niauli
- 4 Tropfen äth. Rosmarin

- entzündungshemmend und schmerzstillend
- antiviral, antibakteriell, antimykotisch, antiseptisch
- Lymphabfluss anregend
- hautpflegend
- Hämatome auflösend

### Hautschutzöl für bestrahlte Haut (Hausmischung)

Zusammensetzung: 30 ml enthalten

- 0,3 ml äth. Lavendel Primavera
- 0,3 ml äth. Niauli Primavera
- 0,6 ml Sanddornöl Primavera
- Mandelöl raff. ad. 30 ml

- unterstützt die Stoffwechselforgänge der Haut
- Unterstützung der Regeneration der Haut
- antioxidativ
- entzündungshemmend
- keimreduzierend
- juckreizstillend
- pflegend

